

# Bei großen und kleinen Wehwehchen

Natürlich  
für die ganze  
Familie



## Bei stumpfen Verletzungen

Tabletten, Tropfen, Salbe, Gel –  
wenn's weh tut zähl ich auf Traumeel®!

**-Heel**  
Healthcare designed by nature

# Bei großen und ...

## Traumeel® - von Anfang an

Zu den häufigsten Verletzungen im Alltag, beim Sport oder Spiel zählen Verstauchungen, Verrenkungen, Prellungen und Blutergüsse. Aber auch Abnützungerscheinungen an Knochen und Gelenken sind weit verbreitet.



Freizeit-  
verletzungen

Sport-  
verletzungen



Rücken-  
schmerzen

Abnützungser-  
scheinungen  
an Knochen  
und Gelenken



# kleinen Wehwehchen

## Traumeel® - für alle Fälle

Traumeel® mit der einzigartigen, natürlichen Kombination aus 14 Wirkstoffen, unterstützt den Heilprozess bei:

- ✓ Verstauchung
- ✓ Verrenkung
- ✓ Prellung
- ✓ Bluterguss
- ✓ Abnützungserscheinungen an Knochen und Gelenken

## Traumeel®-Erfolgsformel: zu den 14 Wirkstoffen gehören u.a.

Arnica montana • Calendula officinalis • Echinacea angustifolia • Hamamelis virginiana • Symphytum officinale



## Traumeel® - natürlich für die ganze Familie

	Traumeel®-Salbe	auch geeignet für Kinder ab 1 Jahr
	Traumeel®-Gel	auch geeignet für Kinder ab 1 Jahr
	Traumeel®-Tabletten	auch geeignet für Kinder ab 2 Jahren
	Traumeel®-Tropfen	auch geeignet für Kinder ab 2 Jahren

# Freude an Bewegung

Bewegung ist für Körper und Geist gesund. Sie kann sogar helfen, die Lebenserwartung zu verlängern. Viele nutzen Sport auch dazu, Stress abzubauen, das Immunsystem zu stärken und sich fit und ausgeglichen zu fühlen.

## Beugen Sie Verletzungen vor:

- Vor dem Training unbedingt gut aufwärmen
- Überanstrengung vermeiden
- Besser mit kürzeren, dafür häufigeren Einheiten beginnen (optimal: jeden 2.-3. Tag)
- Um die Ausdauer zu fördern, die Trainingsdauer nach ca. 8-12 Wochen etwas verlängern
- Um den Muskelaufbau zu beschleunigen, nach ca. 6-8 Wochen die Intensität des Trainings steigern
- Wichtig: Nach dem Training die Muskeln dehnen

Gute Besserung  
wünscht Ihnen Ihre  
Schwabe Austria GmbH!

Wenn es dennoch einmal zu einer stumpfen Verletzung kommt empfehlen wir **Traumeel®** und Einhaltung der **PECH**-Regel:

**P** = **Pause**

**E** = **Eis**

**C** = **Compression**

**H** = **Hochlagern**

Salbe/Gel zum Auftragen auf die Haut, Tabletten/Tropfen zum Einnehmen. Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformation, Arzt oder Apotheker.

## Vertrieb in Österreich:

Schwabe Austria GmbH  
1230 Wien, Österreich  
[www.traumeel.at](http://www.traumeel.at)